



Marina Bergquist är van att lyfta tungt. Foto: Ida Lindkvist

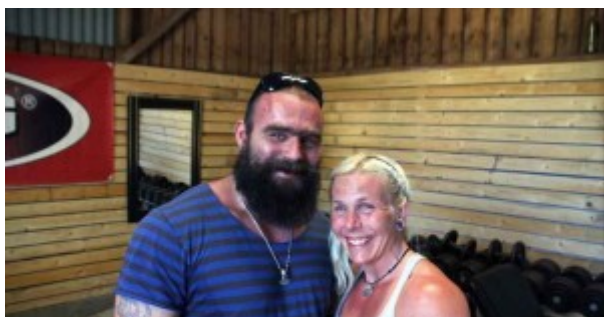
Marina är Sveriges femte starkaste kvinna

Publicerad: 13 november 2015

Författare: Ida Lindkvist

Med två äldre bröder vaknade Marina Bergquists tävlingsinstinkt tidigt i livet. Hon började sin karriär som dansare och har också hunnit med att arbeta som danslärare. Men så fick Marina ett plötsligt infall för tre år sedan och bestämde sig för att satsa 100% och lite till på styrketräning, och idag är hon Sveriges femte starkaste kvinna.

Marina Bergquist känner sig som hemma på Sandströmsgymmet, något som var helt annorlunda för tre år sedan. I grund



Marina tillsammans med sin coach och fästman Samuel. Privat foto.

och botten är Marina dansare, medan bröderna Vincent och Eddie alltid har styrketränat och tävlat i bodybuilding samt SM i bänkpress, så den världen var än dock inte helt okänd lillasyster. Och så för tre år sedan beslutade sig Marina för att gå i brorsornas fotspår; att köra hårt och satsa på styrketräning, inte bara sporadisk träning lite halvhjärtat då och då som det blivit tidigare, utan på riktigt.

- Så jag bestämde mig för att jag ville tävla i Body Fitness och fick kontakt med Samuel Blomgren, som är min fästman idag och också tävlar i bygge, och han blev då min coach, berättar Marina.

Och här fick Marinas resa riktig fart. I juli deltog hon i Tammerpokalen och kom tvåa med samma poäng som ettan. Med blodad tand fortsatte Marina sin satsning och deltog i Luciapokalen där hon blev placerad på plats 10 av 25.

- Sedan tog jag ett off-år för att bygga på mer muskler, äta mängder och träna hårt.



Foto: Ida Lindkvist

Framgångarna fortsatte och både första- och andraplatser togs hem. Och så fick Marina upp ögonen för Strongwoman,

och efter att ha kollat om det var okej för nybörjare att delta så anmälde hon sig. I den tävlingen är det olika grenar, oftast fem, där man bland annat ska dra en bil, springa med ett ok som väger mellan 165-200 kilo, marklyft, stockpress och däckvält. Där kom Marina på en tredjeplats i den öppna klassen, vilket innebar att hon kom att tävla mot tjejer som var två huvuden längre än hon själv, samt vägde omkring 30 kilo mer.

- Ja, så då fick jag ju blodad tand igen, skrattar Marina.

- Så jag var med i Lidköpings Starkaste Kvinna och där kom jag också trea i den öppna klassen, trots bruten lilltå och en sträckning i låret.

Sist men inte minst skulle också Sveriges Starkaste Kvinna utses, och här kom Marina på femte plats.

- Jag är lite besviken, jag hade kunnat göra mer. Jag gjorde ett grenmisstag där jag missuppfattat reglerna. Men jag vann marklyft så där blev det grenseger, så det är jag nöjd med, berättar Marina.

Nästa stora tävling är SM i Women Physique september 2016, och till dess är det bara att träna på.



Foto: Amir Hebib

- Jag tränar 5-6 pass i veckan. Men så har jag ju tre barn som också är sportintresserade, så jag brukar träna när de har sina träningar. Jag måste verkligen planera för att få allt att gå ihop, säger Marina och tillägger att hon har familjens fulla stöd.

- Jag får ett enormt stöd och hjälp av min mor och far och mina bröder! Barnen är oftast med på tävlingarna för att heja på morsan, och "din mamma är så stark" kan de få höra i skolan. Om de inte tyckte att det här var kul och sa att de tycker att det tar för mycket

tid, då skulle jag lägga av för de betyder allt, och de kommer alltid i första hand!

Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/marina-ar-sveriges-femte-starkaste-kvinna/>